



オーバーナイト 山手線1周ラン 約10 21 30 40 42キロ キロ約7～8分

山手線を東京駅から時計回りに1周します。深夜なので日焼けを気にせずロングを走れます。体調が悪くなくても、駅が近くにあるのでチャレンジしやすいです。走りながら、東京観光が出来ます。走る前の効果的なストレッチ・ランニングフォーム・上り下りの走り方、レクチャーします。知り合いと一緒に参加、練習会デビュー枠、40キロ地点秋葉原駅銭湯までは2700円です。

イベント名	オーバーナイト 山手線1周ラン 約10 21 30 40 42キロ キロ約7～8分
開催日	2023/8/26・2023/8/27
受付開始	22:00～
申込料	山手線1周ラン 2,900円 知り合いと一緒に参加 2,700円 練習会デビュー枠 2,700円 ...他
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
住所	東京都中央区八重洲
主催者	フレンドリー
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/83847

